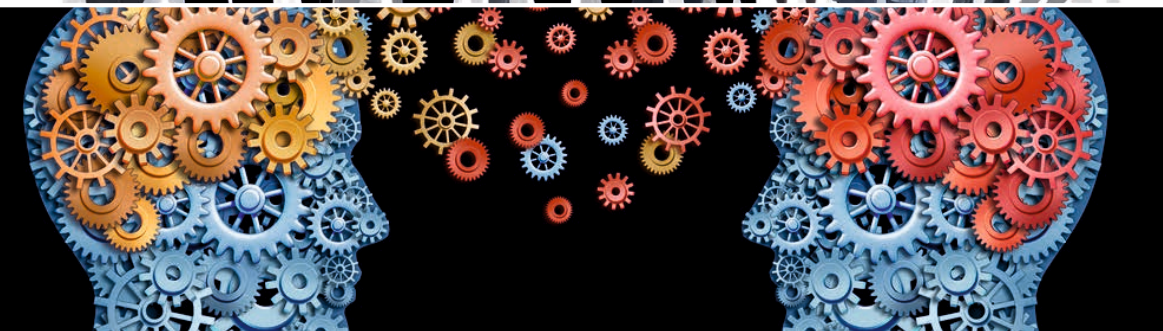


TAVASZI SZÉL 2014 / SPRING WIND 2014

Konferenciakötet



Doktoranduszok Országos Szövetsége
Association of Hungarian Phd and DLA Students

IV.

TAVASZI SZÉL SPRING WIND

**2014.
Debrecen**

Felelős kiadó: Doktoranduszok Országos Szövetsége

IV. kötet

Szerkesztette: Csiszár Imre és dr. Kőmíves Péter Miklós

Lektorálták:

Csiszár Imre
Dr. Árva Zsuzsanna
Dr. Bényei Miklós
Dr. Bérczes Attila
Dr. Bukovics Ádám
Dr. Dőry Tibor
Dr. Farkas Henrik
Dr. Fézer Tamás
Dr. Fónai Mihály
Dr. habil. Elek Balázs PhD
Dr. habil. Barta Róbert
Dr. habil. Boda István
Dr. Hegedűs György
Dr. Horváth Eszter
Dr. Jeney Viktória
Dr. Kovács Gábor
Dr. Kovács Kornél
Dr. Lőre Vendel
Dr. Mankovits Tamás
Dr. Mészárosné Dr. Bálint Ágnes

Dr. Mező Ferenc
Dr. Mohos Nagy Éva
Dr. Pupos Tibor
Dr. Reisinger Adrienn
Dr. Szigeti Cecília
Dr. Takács Levente
Dr. Tóth János
Dr. Vámosi György
Dusek Tamás
Gaál István
Lakatos Gyula
Máthé Csaba
Miklós Ida
Prof. Dr. Csorba Péter
Prof. Dr. Blaskó Béla
Prof. Dr. Izsáki Zoltán
Prof. Dr. Zeher Margit
Rózsa Péter
Skodáné dr. Földes Rita

ISBN 978-963-89560-8-8

Debrecen, 2014

Minden jog fenntartva. A kiadvány szerzői jogvédelem alatt áll. A kiadványt, illetve annak részleteit másolni, reprodukálni, adatrögzítő rendszerben tárolni bármilyen formában vagy eszközzel - elektronikus vagy más módon - a kiadó és a szerzők előzetes írásbeli engedélye nélkül tilos.

TARTALOM

SZOCIOLÓGIA ÉS MULTIDISZCIPLINÁRIS TÁRSADALOM	11
ERDÉLYI MAGYAR KISEBBSÉGI NEMZETI IDENTITÁS A NEMZETI ÖSSZETARTOZÁS NAPJÁNAK TÜKRÉBEN <i>András Hanga</i>	12
GYERMEKOTTHONI NEVELÉSI KÖRNYEZET ÉS A TÁRSADALMI BEILLESZKEDÉS ESÉLYEI ROMÁNIÁBAN <i>Berei Emese-Beáta</i>	20
LESZAKADT TUDÁSELEMEK VAGY HOMÁLYOS TUDOMÁNYOS FOGALOM? – KÉT LEHETSÉGES MAGYARÁZAT AZ INNOVÁCIÓS SZAKEMBEREK TÁRSADALOMKÉPÉRŐL <i>Bodor Ákos</i>	28
SOCIAL COMMUNICATION AND ITS MEANS IN THE CONTEXT OF THE PARTNERSHIP AGREEMENT <i>Csiszér Annamária</i>	37
MOBILITÁS ÉS NEMZETKÖZIESEDÉS A TÖRÖK FELSŐOKTATÁSBAN EGY INTÉZMÉNYI PÉLDÁN KERESZTÜL <i>Dános Zsolt</i>	43
FURTHER ANALOGIES BETWEEN BIO-CHEMICAL NETWORKS AND DEMAND-SUPPLY NETWORKS <i>Fekete István, Hartványi Tamás</i>	53
KOLLEKTÍV TUDAT, CIONIZMUS ZSIDÓ NEMZETÁLLAM <i>Grünhut Zoltán</i>	64
A VITO PROJEKT EREDMÉNYEI ÉS TURISZTIKAI HATÁSAI SELEMCBÁNYÁN <i>Jámbor Viktor Ernő, Nagy Gyula</i>	75

A TISZAZUGI GYILKOSSÁGOK AZ IDŐ TÜKRÉBEN <i>Kis Katalin</i>	87
A DIVERZIFIKÁCIÓ MEZŐGAZDASÁGI ÉS VIDÉKFEJLESZTÉSI MEGKÖZELÍTÉSBN <i>Kissné Nagy Csilla</i>	95
PÉNZÜGYI KULTÚRA: KINCS, AMI NINCS <i>Kovácsné Henye Livia</i>	105
KERESKEDELMI MÁRKÁK JELENTŐSÉGÉNEK ÉS POLCTÜKÖRKÉPÉNEK ELEMZÉSE A HAZAI ÉLELMISZER KISKERESKEDELEMBEN <i>Kristóf Erzsébet</i>	114
AZ ELTÉRŐ KULTÚRÁVAL VALÓ TALÁLKOZÁS SORÁN KELETKEZŐ TRAUMÁK FELDOLGOZÁSÁNAK EGYIK ESZKÖZE, A GYÓGYÍTÓ ÍRÁS <i>Milassin Anda Nóra</i>	126
A POSZTHUMANIZMUS ÉS A MODERN REPRODUKCIÓS TECHNOLÓGIÁK TÁRSADALMI IMPLIKÁCIÓI: BIOETIKAI PERSPEKTÍVÁK <i>Nádasi Eszter</i>	131
A KÖRNYEZETI IGAZSÁGOSSÁG VIZSGÁLATA A VÖRÖSISZAP-KATASZTRÓFA PÉLDÁJÁN <i>Nagy Gyula, Jámbor Viktor Ernő</i>	141
A PUBLIKUS TUDOMÁNYFELFOGÁS ÉS A CSELEKVŐ HÁLÓZAT ELMÉLET ÖSSZEHAONLÍTÁSA A TUDOMÁNYKOMMUNIKÁCIÓ MÓDSZERTANÁNAK FEJLESZTÉSE SZEMPONTJÁBÓL <i>Pintér Dániel Gergő</i>	153
A MINŐSÉG ÉS AZ EREDETVÉDELEM ÖSSZEFÜGGÉSEI A HAGYOMÁNYOS TERMÉKEK MEGKÜLÖNBÖZTETÉSÉBN <i>Pleszkó Réka</i>	166

AZ EURÓPA KULTURÁLIS FŐVÁROSA CÍMTŐL A KREATÍV VÁROS CÍMIG BOLOGNA ÉS GENOVA PÉLDÁJA <i>Slama Györgyné Börcsök Gizella</i>	175
--	-----

CHALLENGES OF CONTRADICTORY RESULTS OF RESEARCHES ON THE ESTIMATION OF THE EFFECT OF SOCIAL CAPITAL ON LABOR MARKET OUTCOMES <i>Székelly Kinga</i>	184
--	-----

GOFFMAN SZEREPÉRTTELMEZÉSÉNEK JELENTŐSÉGE AZ ÉLETTÖRTÉNETI VISSZAEMLEKEZÉSEKBEN <i>Tóth Judit Gabriella</i>	194
---	-----

A GRAZI MAGYAR GYERMEKEK HAGYOMÁNY ALAPÚ MANUÁLIS KÉPESSÉGFEJLESZTÉSE <i>Tóth Zsuzsanna Napsugár</i>	201
--	-----

A TÖRÖK-SZÍR KAPCSOLAT ALAKULÁSA A SZÍR POLGÁRHÁBORÚ TÜKRÉBEN <i>Varga Esztella</i>	213
---	-----

PSZICHOLÓGIA ÉS NEVELÉSTUDOMÁNYI	220
---	------------

ZENEI HALLÁSI KÉPESSÉGEK FEJLŐDÉSE ZENEI ÉS NEM-ZENEI OSZTÁLYOKBAN <i>Asztalos Kata</i>	221
---	-----

THE ACTIVITY OF YOUNG ADULTS IN COMMUNITY- BUILDING ACTIVITIES <i>D. Babos Zsuzsanna</i>	231
--	-----

ASSZOCIÁCIÓS MÉRTÉKEK ÚJSZERŰ MEGKÖZELÍTÉSÉNEK SZEREPE A FELSŐFOKÚ MATEMATIKA ÉS STATISZTIKAOKTATÁSBAN <i>Bakos Viktor</i>	240
---	-----

A DIFFERENCIÁL SZÁMÍTÁS OKTATÁSÁNAK VIZSGÁLATA BAYES-HÁLÓKKAL KITERJESZTETT TUDÁSTÉRELMÉLET SEGÍTSÉGÉVEL	252
<i>Bánhalmi Árpád</i>	
KOOPERATÍV TANULÁS ÉS GYAKORLATI FELTÉTELRENDSZERÉNEK VIZSGÁLATA	266
<i>Czinege Monika</i>	
A KORAI TÁPLÁLÁS ÉS A TESTKÉPPEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG ÖSSZEFÜGGÉSEI	276
<i>Csabai Krisztina, Szabó Pál</i>	
TESTKÉP ÉS IDŐPERSPEKTÍVA KAPCSOLATA	283
<i>Dombi Edina, Orosz Gábor</i>	
A PROSZOCIÁLIS SZEMÉLYISÉGLELTÁR ADAPTÁLÁSÁVAL SZERZETT TAPASZTALATOK A KÖZÉPISKOLÁS KOROSZTÁLY KÖRÉBEN	292
<i>Dorner László</i>	
GYERMEKI LÉTET KÍSÉRŐ MUNKÁK PAMLÉNYBAN	302
<i>Farkas Anett</i>	
A FOGYATÉKOS SZEMÉYEK SPORTJA: ISMERETEK ÉS ATTITŰDÖK A DÉL-ALFÖLDI RÉGIÓBAN	312
<i>Földházi Brigitta</i>	
A FEJLESZTŐ BIBLIOTERÁPIA OKTATÁSI INTÉZMÉNYEKBEN TÖRTÉNŐ ALKALMAZÁSA A KÜLFÖLDI GYAKORLAT ALAPJÁN	322
<i>Gulyás Enikő</i>	
MISZTIKUS ABSZOLÚT HALLÁS	332
<i>Herceg Attila</i>	
A KULTÚRPOLITIKA KIHÍVÁSAI AZ 1940-ES ÉVEK MAGYARORSZÁGÁN	340
<i>Kattein-Pornói Rita</i>	

AZ IDŐBELI TERJEDÉS FOLYAMATÁNAK SAJÁTOSSÁGAI A SOPRONI FREINET-KUTATÓCSOPORT INNOVÁCIÓJÁBAN 1989 ÉS 1996 KÖZÖTT <i>Kissné Zsámboki Réka</i>	349
SZEMLÉLTETŐ ESZKÖZÖK RENDSZERE NYOMATOTT ÉS INTERAKTÍV TANKÖNYVEKBEN <i>Márhoffer Nikolett, Rusznak Karolina</i>	359
A DEBRECENI EGYETEM SPORTSZAKEMBER KÉPZÉSEIBEN RÉSZT VEVŐ HALLGATÓK TANULÁSI MOTIVÁCIÓI <i>Németh Petra</i>	368
A KARCSÚSÁGIDEÁL INTERNALIZÁCIÓJA ÉS A KÖTÖDÉS KAPCSOLATA A TESTTEL VALÓ ELÉGEDETLENSÉGGEL <i>Pukánszky Judit</i>	374
AZ INFORMÁCIÓS MŰVELTSÉG SZEREPE ÉS A DIGITÁLIS KOMPETENCIA FEJLESZTÉSI LEHETŐSÉGEI: ELVÁRÁSOK ÉS EREDMÉNYEK HAZAI ÉS NEMZETKÖZI VISZONYLATBAN <i>Racsko Réka</i>	382
A VIZUÁLIS KATEGORIZÁCIÓS FOLYAMATOK IGEDRENDSZERI HÁTTERÉNEK VIZSGÁLATA ALACSONY ÉS MAGAS TÉRBELI FREKVENCIÁJÚ KÉPEK SEGÍTSÉGÉVEL <i>Rokszin Adrienn Aranka, Csifcsák Gábor</i>	392
MIRŐL OLVASUNK A SOROK KÖZÖTT? – A MÁJUS-JÚNIUSI NÉMET NYELVI, EMELT SZINTŰ, JELES ÉRETTSÉGI VIZSGÁK EREDMÉNYEINEK ELEMZÉSE 2006-2013 <i>Sebestyén Krisztina</i>	403
A MUNKAHELY MINT A FELNŐTTKORI TANULÁS SZÍNTERE – TÉNYEK ÉS MAGYARÁZATOK <i>Stéber Andrea</i>	411

BÖLCSESZ-ÉS TÁRSADALOMTUDOMÁNYI HALLGATÓK MUNKAERŐ-PIACI LEHETŐSÉGEINEK HAZAI VIZSGÁLATAI <i>Szabó Barbara</i>	421
A DIGITÁLIS SZÖVEGÉRTÉS FELMÉRÉSÉNEK KIHÍVÁSAI – MEGFONTOLÁSOK A PISA-TESZTEK MÓDSZERTANI FEJLESZTÉSÉVEL KAPCSOLATBAN – <i>Szabó Krisztina</i>	429
CLOSED INTO MYSELF WITH AUTISM –AUTISM SPECTRUM DISORDER REVIEWED ON THE BASIS OF AUTISTIC AUTHORS’ WRITINGS <i>Anett Tóth</i>	439
AZ ADAPTÍV EVEZÉS PROGRAM SZEREPE A SZOCIÁLIS KOMPETENCIÁK ALAKÍTÁSÁBAN <i>Dr. Túri Ibolya</i>	446
SPORTRA NEVELÉS A TELEVÍZIÓ SEGÍTSÉGÉVEL? <i>Fintor Gábor János</i>	461
ALTERNATÍV VITARENDEZÉS LEHETŐSÉGEI A KÖZÉPISKOLÁBAN <i>Klement Mariann</i>	469
KISIKOLÁSKORI TERMÉSZETTUDOMÁNYOS NEVELÉS <i>Molnár Milán, Dr. Papp Katalin</i>	477
SZERVEZETPSZICHOLÓGIAI KUTATÁSOK ÉS A GYAKORLAT KAPCSOLATA A HR TERÜLETÉN <i>Tóth Ágnes, Uatkán Ajna</i>	493

HITTUDOMÁNY	502
ESZMEI KINCSEK ANDALÚZIÁBÓL ABUBACER, A FILOZÓFUS <i>Mgr. Balázs Lilla</i>	503
AGY ÉS LÉLEK AGYKUTATÓK MEGÁLLAPÍTÁSAI A LÉLEKRŐL EGY TEOLÓGUS SZEMÉVEL <i>Haris Szilárd</i>	517
A FEHÉR RUHA SZIMBOLIKÁJA A JELENÉSEK KÖNYVÉBEN <i>Hurja Bettina Valéria</i>	527
VENDÉGEK ÉS VENDÉGLÁTÓK SODOMÁBAN A VENDÉGSZERETET, MINT A MORÁLIS ÁLLAPOT FOKMÉRŐJE AZ 1MÓZ 19,1-16-BAN <i>Jenei Péter</i>	535
A SZEMÉLYKÖZPONTÚ (ROGERS-I) MEGKÖZELÍTÉS FONTOSSÁGA A LELKIPÁSZTOR HIVATÁSSZEMÉLYISÉGÉNEK FORMÁLÓDÁSÁBAN <i>Kovály Erzsébet</i>	545
KERESZTYÉNSÉG ÉS EURÓPAI UNIÓ <i>Palcsó Attila</i>	553
A PÁRMAI KOLOSTOR AVAGY A SZABADSÁG RÉGEN ÉS MOST <i>Pfischer Emese</i>	561
A KOGNITÍV ELMÉLET ALKALMAZÁSI LEHETŐSÉGEI A LELKÉSZI PÁLYAVÁLASZTÁSI MOTIVÁCIÓ FELMÉRÉSÉBEN <i>Rád András László</i>	566
A NEMZETI ÉS VALLÁSOS KEVEREDÉS TILALMA AZ ÓSZÖVETSÉGI CSALÁDMODELLBEN <i>Sallai Jakab</i>	573

A KRISZTUSSAL VALÓ KAPCSOLAT SAKRAMENTÁLIS JELLEGE <i>Szakács Sándor</i>	579
BESZÉLJÜNK AZ IGEHIRDETÉSRŐL – AZ IGEHIRDETÉS FELÉPÍTÉSE <i>Szerdi András</i>	586
A KOMÁROMI REFORMÁTUS ANYAKÖNYVEK FELHASZNÁLÁSA DEMOGRÁFIAI ÉS MIKROTÖRTÉNETI KUTATÁSOK SORÁN <i>Tömösközi Ferenc</i>	594

TESTKÉP ÉS IDŐPERSPEKTÍVA KAPCSOLATA

Dombi Edina

*Szegedi Tudományegyetem, Bölcsészettudományi Kar,
Neveléstudományi Doktori Iskola,
Szeged, Magyarország*

Orosz Gábor

*MTA Természettudományi Kutatóközpont, Kognitív Idegtudományi és
Pszichológiai Intézet,
Budapest, Magyarország
Szegedi Tudományegyetem, Bölcsészettudományi Kar,
Pszichológiai Intézet,
Szeged, Magyarország*

Absztrakt

Vizsgálatunk célja az időperspektíva és a testkép összefüggéseinek vizsgálata. A kutatás során felhasznált kérdőíveink a Többdimenziós test-én kapcsolatot mérő kérdőív (MBSRQ), valamint a Zimbardo-féle Időperspektíva Leltár (ZTPI). A vizsgálat online formában történt 201 nő és 43 férfi részvételével. A legfiatalabb kitöltő 18, a legidősebb 61 éves ($M_{\text{kor}} = 30,36$ év; $SD_{\text{kor}} = 10,66$). Eredményeink alapján a jövőorientáció nagymértékben befolyásolja az egészségre való törekvést, míg a jelenfatalizmus negatívan befolyásolja az elégedettség mértékét. A vizsgált mintára jellemző, hogy a jelenhedonisták nem tesznek az egészségükért, mégis nagymértékben érzik magukat egészségesnek. Beigazolódtott, hogy az időperspektíva egyes dimenziói összefüggést mutatnak a testképpel és az egészséggel.

Kulcsszavak: időperspektíva, testkép, egészség, elégedettség

Bevezetés

Az időperspektíva egy tudattalan kognitív folyamat, amely révén időbeli kategóriákba rendezzük személyes tapasztalatainkat (Lamm, Schmidt & Trommsdorf, 1976). Zimbardo & Boyd (2012) szerint minden ember előnyben részesít egy időkategóriát a többivel szemben, így megkülönböztethetünk *jelen-, múlt- és jövőorientált* időperspektívát. Azok, akik döntéshozatali helyzetben inkább az aktuális körülményekre hagyatkoznak, *jelenorientáltak*, ami az "itt és most"-ra utal, a tettek és vágyak azonnali kielégítésére. Akik megpróbálnak visszaemlékezni hasonló helyzetekre, figyelembe veszik, akkor hogyan cselekedtek és milyen következményei lettek, a *múltorientáltak*. Ez jelentheti a múlt pozitív vagy negatív szemléletét, vagyis a régi szép idők, a család emlékeit, vagy a bántalmak, kudarcok emlékeit. Akik az előnyöket és hátrányokat mérlegelik, vagyis a jövőbeli következményekre tekintettel hozzák meg döntéseiket, a *jövőorientáltak* (Zimbardo & Boyd, 1999). Korábbi kutatások során beigazolódott, hogy a jövőorientált emberekre jellemzőbbek az egészségbarát magatartásformák, rendszeresen járnak szűrővizsgálatokra, egészségesebben étkeznek és edzenek (Hall & Fong, 2003), kerülnek a veszélyes magatartásformákat, például drogfogyasztás, kockázatvállalás (Guthrie, Butler & Ward, 2009). Minden ember esetében létezik egy profil, amely eltérően érvényesülő időperspektívákból áll össze. A kiegyensúlyozott időperspektíva profilra hangsúlyos múltpozitív, mérsékelt jelenhedonista és jövőorientált, valamint gyenge múltnegatív perspektívák jellemzőek (Zimbardo & Boyd, 2008). Hall és munkatársai (2003) azt találták, hogy az egészség-magatartás nagymértékben összefügg az időperspektívával. A legtöbb egészségvédő magatartásforma (például a rendszeres mozgás, egészséges ételek fogyasztása) megköveteli az egyéntől azt, hogy a jelenben képes legyen lemondásokra annak érdekében, hogy a hosszú távú kedvező eredményeket elérje (Hall & Fong, 2003).

A testkép magába foglalja a személy saját testével kapcsolatos érzéseit és gondolatait, attitűdjét, viselkedését és a mások által adott visszajelzések elfogadását vagy elutasítását. Hatással van az önbecsülésre, egészségre és a boldogságérzésre is (Maruf, Akinpelu & Nwankwo, 2012). Az egészségre kiható viselkedésformák kompromisszumra kényszerítik az egyént: az azonnali örömeikről való lemondás a jövőbeli egészség érdekében. Ez azt jelenti, hogy a jövőorientáció nagymértékben szerepet játszik az egészségvédő viselkedésben. Hiszen ha a jövő nem értékes, akkor a jövőbeli egészség sem lesz fontos. A legtöbb kutatás azt vizsgálja, hogy milyen

kapcsolatban áll az időhöz való viszonyulás és a különböző függőségek, például az alkoholizmus, dohányzás vagy drogfüggőség. Viszont kevesebb tanulmány van arról, hogy mi a kapcsolat a nem addiktív, egészségre kiható viselkedésformákkal (Adams & Nettle, 2009).

Kutatásunk célja annak vizsgálata, hogy az emberek saját személyes időperspektívája összefüggésben áll-e a testképhez való attitűdökkel, továbbá annak megértése, hogy hogyan gazdálkodunk az emberek számára két kulcsfontosságú erőforrással – az idővel és a testtel.

Módszerek

Résztvevők

Összesen 244 személy töltötte ki a kérdőívet, 201 nő és 43 férfi. A legfiatalabb 18, a legidősebb 61 éves ($M_{\text{kor}} = 30,36$ év; $SD_{\text{kor}} = 10,66$). A résztvevők önkéntesen töltötték ki az anonim kérdőívet, a mintaválasztás nem reprezentatív, a résztvevők nagyobb része (54%) egyetemista vagy főiskolás, és a válaszadók 85%-a városban él.

Vizsgálati eszközök

A vizsgálatban két kérdőívet használtunk: Többdimenziós test-én kapcsolatot mérő kérdőív (MBSRQ) és a Zimbardo Időperspektíva Leltár (ZTPI). Néhány demográfiai kérdést is feltettünk, nemre, korra, iskolai végzettségre. A kérdőívet online formában készítettük el, kitöltése körülbelül 20 percet vett igénybe. A résztvevők megfelelő tájékoztatásban részesültek.

1. MBSRQ

A kérdőív eredetileg 69 itemet tartalmaz, a magyar változat 71 itemből áll (ahol két tételnek megjelent két alternatív fordítása is; Makkai, 2012). 1-től 5-ig terjedő Likert-típusú skálán kell a vizsgálati személyeknek válaszolni (1: egyáltalán nem jellemző; 5: teljesen jellemző). Öt alskálát tartalmaz: fitness, megjelenés orientációja, megjelenés értékelése, észlelt egészség és egészséges életmódra való törekvés.

2. ZTPI

A Zimbardo Időperspektíva Leltár (ZTPI) 56 ítemes kérdőív, mely az időhöz való viszonyulást méri. Minden válasznál azt kell bejelölni egy öt-fokú Likert-skálán (1-egyáltalán nem, 5-teljes mértékben), hogy mennyire igaz a kitöltőre az adott idővel kapcsolatos állítás.

Eredmények

Az adatokat SPSS 15.0. for Windows verziójával elemeztük. A többdimenziós test-én kérdőív faktorain elért pontszámokat összesítve (FITNESZ, MEGJELENÉS ORIENTÁCIÓJA, MEGJELENÉS ÉRTÉKELÉSE, ÉSZLELT EGÉSZSÉG) létrehoztunk egy változót a testrészekkel való elégedettségéből (ELÉGEDETTSÉG), illetve a Zimbardo Időperspektíva Leltár öt dimenziójának értékeit is kiszámoltuk. Korrelációs számítással megnéztük, mely dimenziók mely faktorokkal járnak együtt (lásd

	Megjelenés orientáció	Megjelenés értékelése	Fitnesz	Észlelt egészség	Egészséges életmódra törekvés	Elégedettség
Negatív múlt	0,074	-0,013	-0,121	0,157*	-0,056	-0,282**
Jelenhedonista	0,159*	0,091	0,009	0,235**	-0,037	0,000
Jövőorientáció	0,004	0,128	0,086	-0,115	0,316**	0,060
Pozitív múlt	0,059	-0,102	-0,011	0,153*	0,069	0,137*
Jelenfatalista	0,168*	-0,054	-0,033	0,191**	-0,104	-0,195*

* $p < 0,05$

** $p < 0,01$

: Az időorientáció aldimenziói és a testkép faktorai). Gyenge összefüggéseket kaptunk az időperspektíva dimenziók és a testkép alskálák között. A negatív múltperspektíva gyengén korrelál az észlelt egészséggel ($r(244) = 0,157, p < 0,05$), negatívan korrelál a testrészekkel való elégedettséggel ($r(244) = -0,282, p < 0,01$). A pozitív múltperspektíva pozitívan korrelál az észlelt egészséggel ($r(244) = 0,153, p < 0,05$), szintén pozitív gyenge korrelációt mutat az elégedettséggel ($r(244) = 0,137, p < 0,05$). A jelenhedonizmus pozitívan korrelál a megjelenésorientációval ($r(244) = 0,159, p < 0,05$), emellett szintén pozitív korrelációt mutat az észlelt egészséggel ($r(244) = 0,235, p < 0,01$). A jelenfatalizmus pozitívan korrelál a megjelenésorientációval ($r(244) = 0,168, p < 0,05$) és az észlelt egészséggel

($r(244) = 0,191, p < 0,01$), viszont az elégedettség faktorról negatívan korrelál ($r(244) = -0,195, p < 0,05$). A jövőorientáció közepes erősségű korrelációt mutat az egészséges életmódra való törekvéssel ($r(244) = 0,316, p < 0,01$).

	Megjelenés orientáció	Megjelenés értékelése	Fitnesz	Észlelt egészség	Egészséges életmódra törekvés	Elégedettség
Negatív múlt	0,074	-0,013	-0,121	0,157*	-0,056	-0,282**
Jelenhedonista	0,159*	0,091	0,009	0,235**	-0,037	0,000
Jövőorientáció	0,004	0,128	0,086	-0,115	0,316**	0,060
Pozitív múlt	0,059	-0,102	-0,011	0,153*	0,069	0,137*
Jelenfatalista	0,168*	-0,054	-0,033	0,191**	-0,104	-0,195*

* $p < 0,05$

** $p < 0,01$

1. táblázat Az időorientáció aldimenziói és a testkép faktorai

Létrehoztunk egy KORCSOPORT dichotóm változót (2: 18-30 év közöttiek, 31-61 év közöttiek). Független mintás t-próba segítségével megnéztük, hogy a két csoport különbözik-e a JÖVŐORIENTÁCIÓ (2: nem jellemző, jellemző) változót tekintve. Eredményeink szerint nincs szignifikáns különbség a két csoport közt ($t(176,5) = -0,384, p = 0,701$).

Az időperspektíva és a különböző demográfiai tényezők kapcsolatát is vizsgáltuk (lásd 2. táblázat: *Az időperspektíva aldimenziói és a demográfiai adatok*). A jövőorientáltság pozitívan korrelál az iskolai végzettséggel ($r(223) = 0,222, p < 0,01$), míg a negatív múltorientáltság negatívan korrelál vele ($r(225) = -0,194, p < 0,01$) és szintén negatívan korrelál a családi állapottal ($r(225) = -0,268, p < 0,01$). A pozitív múltorientáltság pozitívan korrelál a családi állapottal ($r(233) = 0,130, p < 0,05$). A jelenfatalizmus negatívan korrelál az iskolai végzettséggel ($r(233) = -0,193, p < 0,01$), illetve a családi állapottal ($r(233) = -0,142, p < 0,05$). Továbbá a jelenhedonizmus is negatívan korrelál az iskolai végzettséggel ($r(220) = -0,237, p < 0,01$).

	Isk.végzettség	Családi állapot
Negatív múlt	-0,194**	-0,268**
Pozitív múlt	0,091	0,130*
Jelenfatalista	-0,193**	-0,142*
Jelenhedonista	-0,237**	-0,129

Jövőorientált	0,222**	0,062
* $p < 0,05$		
** $p < 0,01$		

2. táblázat Az időperspektíva aldimenziói és a demográfiai adatok

Többszörös lineáris regresszió elemzéssel azt vizsgáltuk, hogy az időperspektíva alskálái milyen mértékben befolyásolják a testkép faktorait. Elsőként a megjelenés orientáció alskála és időperspektíva kapcsolatát néztük meg. Az elemzés stepwise módszerrel történt. A prediktorok közé csak a szignifikánsan korreláló alskálák kerültek³¹. A megjelenés orientáció pontszámának bejósoló tényezője a jelenfatalista időorientáció, a variancia 28%-át magyarázza, $R^2 = 0,28$; illesztett $R^2 = 0,23$; $F(182) = 5,214$; $p < 0,05$ és $t(182) = 2,283$; $p < 0,05$. Az időperspektíva változók közül a jelenfatalistának van szignifikáns magyarázó ereje. A következő vizsgált alskála a fitnessz. Az elemzés stepwise módszerrel történt, a prediktorok közé csak a szignifikánsan korreláló alskálák kerültek³². A fitnessz pontszámának bejósoló tényezője a negatív múltorientáció, ami a variancia 22%-át magyarázza, $R^2 = 0,22$; illesztett $R^2 = 0,17$; $F(177) = 4,025$; $p < 0,05$ és $t(177) = -2,006$; $p < 0,05$. Az észlelt egészség alskála elemzése stepwise módszerrel történt, a prediktorok közé csak a szignifikánsan korreláló alskálák kerültek³³. Az észlelt egészség bejósoló tényezője a jelenhedonizmus időperspektíva, ami a variancia 7%-át magyarázza, $R^2 = 0,07$; illesztett $R^2 = 0,065$; $F(187) = 14,078$; $p < 0,01$ és $t(177) = 3,752$; $p < 0,01$. Az egészséges életmódra törekvés alskála elemzése stepwise módszerrel történt, a prediktorok közé csak a szignifikánsan korreláló alskálák kerültek³⁴. Az egészséges életmódra való törekvés bejósoló tényezője a jövőorientáció, amely a variancia 98%-át magyarázza, $R^2 = 0,98$; illesztett $R^2 = 0,93$; $F(181) = 19,624$; $p < 0,01$ és $t(181) = 4,430$; $p < 0,01$. Vagyis a jövőorientáció nagymértékben bejósolja az egészségre való törekvést. A megjelenés értékelése alskála egyik időfaktorral sem áll kapcsolatban.

31 Az elemzésből kikerültek a következő változók: jelenhedonizmus, múltpozitív, múltnegatív időorientáció és a jövőorientáció.

32 Az elemzésből kikerültek a következő változók: jelenhedonizmus, jelenfatalizmus, múltpozitív időorientáció és a jövőorientáció.

33 Az elemzésből kikerültek a következő változók: jelenfatalizmus, múltpozitív és múltnegatív időorientáció és a jövőorientáció.

34 Az elemzésből kikerültek a következő változók: jelenhedonizmus, jelenfatalizmus, múltpozitív és múltnegatív időorientáció.

Megvitatás

Eredményeink alapján elmondható, hogy az időorientáció és a testkép valóban összefüggésben állnak egymással. Minél inkább negatív múltorientációjú valaki, annál inkább elégedetlenebb a testével, testrészeivel. Ez megerősíti Zimbardo és Boyd (2008) azon eredményeit, miszerint a negatív múltorientációjú emberek hajlamosak a depresszióra, gyakran érzik magukat boldogtalannak és alacsony az önértékelésük is. Eredményeink alapján minél inkább jelenhedonista valaki, annál inkább fontos számára a külső megjelenése, és annál inkább érzi magát egészségesnek. Ez is megerősíti Zimbardo és Boyd (2008) korábbi eredményeit, miszerint aki jelenhedonista, az élvezi az életet, az örömeket keresi és fontos számára a megjelenése. Emellett az egészségi állapotát sem értékeli rossznak, bár nem törekszik a betegségek megelőzésére. Minél jövőorientáltabb valaki, annál inkább törekszik az egészségre, a betegségek megelőzésére, ami megfelel a már meglévő kutatásoknak is (Zimbardo & Boyd, 1999). További eredményeink, hogy a pozitív múltorientáció pozitív kapcsolatban áll az észlelt egészséggel, illetve minél inkább jellemző ez az időperspektíva az emberekre, annál inkább elégedettebbek a testükkel. A jelenfatalizmus pozitívan korrelál az észlelt egészséggel, vagyis minél fatalistább valaki, annál elégedetlenebb magával. Fontos megjegyezni, hogy a korrelációk mértéke a vizsgált mintán gyenge. Elképzelhető, hogy társadalmunkban az időorientáció nem játszik olyan nagy szerepet az emberek egészségi állapotában, testképében, vagy a szubjektív megítélésükre nincs akkora hatással. Néhány kutatás (Adams & Nettle, 2009; Zimbardo, Keough & Boyd, 1997) szerint a jövőorientált személyek inkább odafigyelnek testük jelzéseire és törekszenek egészséges életmódra. Eredményeink ezt megerősítik. Azonban azt a feltételezést, hogy a fiatal felnőttekre inkább jellemző a jövőorientáltság mint az idősekre (Zimbardo & Boyd, 2008), eredményeink nem erősítették meg. Ennek oka lehet az is, hogy a tesztkitöltők nagy része a 18-30 éves korosztályba tartozott, míg kevesebben voltak az idősebb korosztályból. A jövőben érdemes lenne a mintát bővíteni.

A vizsgálat során arra is kíváncsiak voltunk, hogy a testkép alskáláinak mely időperspektíva faktorok a bejósoló tényezői. Eredményeink azt mutatják, hogy a megjelenés értékelésének egyik idői perspektíva sem bejósolója. Azokra, akik a megjelenés orientáción magas pontszámot értek el, jellemző a jelenfatalista időorientáció. Lehetséges, hogy az elégedetlenségüket, szorongásukat a külső megjelenés tökéletesítésével próbálják kompenzálni. A fitness bejósolója a negatív múltorientáció volt, tehát a negatív múltorientáltak

fizikai hatékonysága nagyobb a vártnál. Ennek oka lehet, hogy a negatív múltbéli események okozta szorongást testedzéssel, fizikai aktivitással próbálják csökkenteni. Azok, akik az észlelt egészség skálán magas pontszámot értek el, jellemzően jelenhedonisták. Ők a jelenben akarják magukat jól érezni, és így nem érzékelik a káros egészségmagatartásuk következményeit. Végezetül, akik magas pontszámot értek el az egészséges életmódra való törekvés skálán, azok a jövőorientált személyek, ami összhangban áll korábbi eredményekkel (Adams & Nettle, 2009; Zimbardo, Keough & Boyd, 1997).

Felhasznált irodalom

- Adams, J. & Nettle, D. (2009). Time perspective, personality and smoking, body mass, and physical activity: An empirical study. *British Journal of Health Psychology*, 14, 83–105.
- Guthrie, L. C., Butler, S. C. & Ward, M. M. (2009). Time perspective and socioeconomic status: A link to socioeconomic disparities health? *Social Science & Medicine*, 68, 2145-2151.
- Hall, P. A. & Fong, G. T. (2003). The effects of a brief time perspective intervention for increasing physical activity among young adults. *Psychology and Health*, 18(6), 685-706.
- Lamm, H., Schmidt, R. W. & Trommsdorff, G. (1976). Sex and Social Class as Determinants of Future Orientation (Time Perspective) in Adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 317-326.
- Makkai, A. (2012). Többdimenziós test-én kapcsolatot mérő kérdőív magyar nyelvű validálása szakdolgozat.
- Maruf, FA, Akinpelu, AO & Nwankwo, MJ. (2003). Perceived body image and weight: discrepancies and gender differences among University undergraduates. *African Health Sciences*, 2012 (4), 464-472.
- Zebardast, A., Besharat, M. A. & Hghighatgoo, M. (2011). The relationship between self-efficacy and time perspective in students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 30, 935-938.
- Zimbardo, P. G., Keough, K. A. & Boyd, J. N. (1997). Present time perspective as a predictor of risky driving. *Personality and Individual Difference*, 23(6), 1007-1023.
- Zimbardo, P. & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271- 1288.

Zimbardo, P. & Boyd, J. N. (2008). *The Time Paradox: New Psychology of Time that Will Change Your Life*. New York, NY: Free Press.

Zimbardo, P. & Boyd, J. N. (2012). *Időparadoxon*. Budapest, Magyarország: HVG Kiadó Zrt.